



Este semáforo ha sido realizado por Elkartean, ante la ineludible necesidad de sensibilizar a la sociedad de la realidad que vivimos las mujeres con discapacidad en lo que se refiere a la violencia machista.

Es frecuente que no se sea consciente de que las mujeres con discapacidad estamos atravesando una situación de violencia machista. Incluso la mayor parte de las veces, las propias mujeres con discapacidad no sabemos distinguir que lo que estamos viviendo no es por nuestra situación de discapacidad, sino por el hecho de ser mujeres.

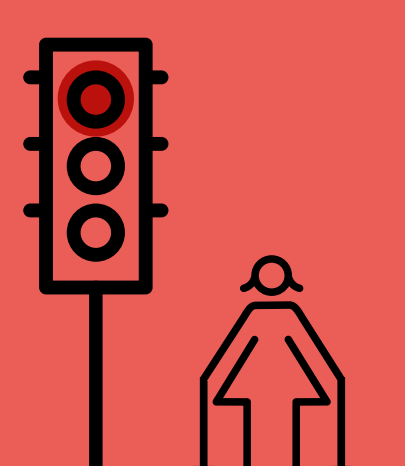
Por ello, a través de este semáforo las mujeres con discapacidad física pretendemos identificar las situaciones de violencia machista que estamos soportando y convencernos de que podemos salir de esta situación y vivir una vida libre de violencia de forma autónoma e independiente con los apoyos y recursos necesarios.

Usamos la metáfora del semáforo, porque queremos representar el paso de estar **inmersa en una situación de violencia machista en cualquiera de sus formas (el color rojo)**, a **comenzar a dar los primeros pasos de reconocerse como mujer que enfrenta violencia (naranja)**, hasta **llegar a una vida libre de violencia (color verde)**.

SITUACIÓN

Estás inmersa en una situación de violencia donde no tienes ningún control sobre lo que te pasa y te sientes culpable y responsable de provocarlo, vivirlo y no salir.

Lo vives como una situación inevitable a tu discapacidad y no eres consciente de que vives violencia machista por el hecho de ser mujer.



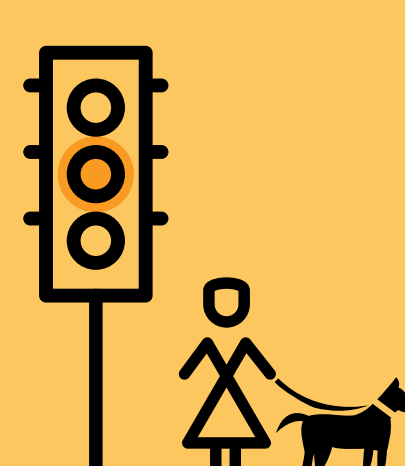
VIVES

- Agresiones corporales: golpes, empujones.
- Maltrato verbal: insultos, críticas constantes, ridiculización de tu cuerpo, de tu forma de vestir, de hablar o de tu comportamiento, menosprecios en forma de broma en presencia de sus amistades u otras personas.
- Violaciones.
- Uso de ti para ejercer la mendicidad o la prostitución.
- Tenerte encerrada sistemáticamente en tu lugar de residencia.
- Negligencia en tu alimentación y en la toma de medicación.
- Ignorarte o avergonzarse de tu existencia.
- No propicia o impide tu acceso a los recursos de ayuda

SITUACIÓN

Sigues en esa situación de violencia, pero te has reconocido como mujer que la enfrenta.

Comienzas a reconocer que el único responsable o culpable es quien ejerce la violencia sobre ti.

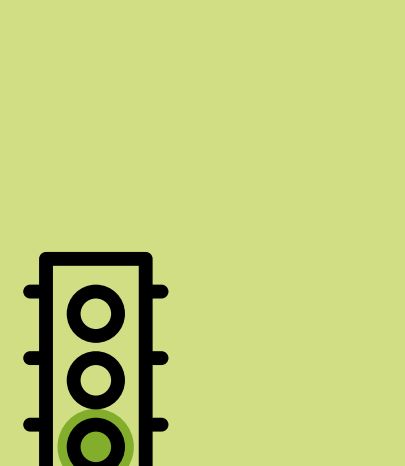


VIVES

- Restricción de tu movilidad.
- Chantaje emocional.
- Tocamientos sin consentimiento a la hora de la higiene o del cambio postural.
- Te niega poder acceder a recursos económicos externos (trabajar, becas, etc.).
- No te deja acudir a tus actividades y hobbies.
- Falta de supervisión o apoyo necesario para tus actividades diarias.
- No valora ni tiene en cuenta tu opinión.
- No fomenta o impide tu participación en actividades y eventos familiares o sociales.

SITUACIÓN

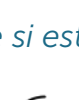
Una vez te has reconocido como mujer que enfrenta violencia, comienzas el camino de salida hacia una vida libre de violencia.



VIVES

- Comienzas a verte como sujeta activa de toma de decisiones. Necesidad de ser reconocida como mujer que has enfrentado violencia.
- Pones nombre a lo que te pasa, iniciando tu propia reparación. Necesidad de reparación del daño.
- Te sientes con fuerza para pedir ayuda. Te informas sobre los recursos disponibles y qué puedes hacer. Socializas tu situación (de lo privado a lo público).
- Decides denunciar o no denunciar, en ambos casos obtendrás apoyo.
- Comienzas un proceso de autocuidado y de cuidado de las personas a tu cargo.
- Ten en cuenta que puedes seguir teniendo dudas, recaídas pero que ya tienes la fuerza que necesitas para salir y vivir una vida libre de violencia.

Dónde puedes dirigirte si estás atravesando por una situación violencia:



Larrialdiak: 112
Informazioa: 900 840 111

ELKARTEAN
Ondarreta 5, behea
20018 Donostia - San Sebastián
Tel. 943 316 770
elkartean@elkartean.org
www.elkartean.org

ELKARTU
Ondarreta 5, behea
20018 Donostia - San Sebastián
Tel. 943 316 770
elkartu@elkartu.org
www.elkartu.org

FEKOOR
Blas de Otero 63, behea
48014 Bilbao / Tel. 944 053 666
fekoor@fekoor.com
www.fekoor.com

EGINAREN EGINEZ
Simón Bolívar plaza 9, behea
01003 Vitoria-Gasteiz / Tel. 945 225 516
info@eginez.org
www.eginez.org